

الأخلاق

مجلة ادبية اجتماعية تاريخية فكاهية

تصدر مرة في الشهر

صندوق البريد ٥٣٨
القدس (فلسطين)

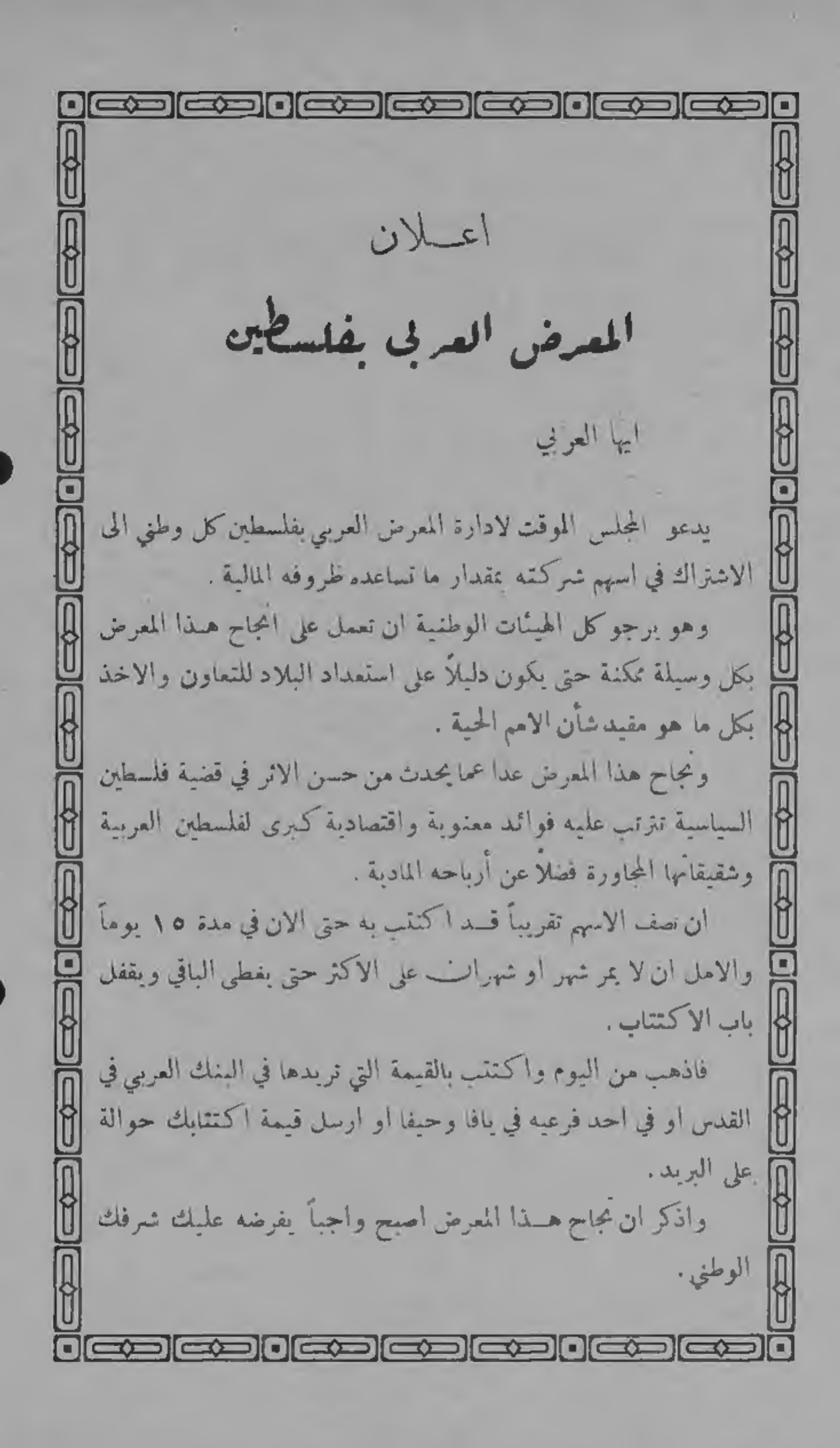
AL-AKHLAK
P. O. B. 538
JERUSALEM (Palestine)

صاحب امتيازها ومديرها المسؤول
داود كوردي

رئيس تحريرها
ج . رمال

✻ فهرس العدد ✻

مطبعة الآباء الفرنسيسيين — القدس



اعـــلان

المعرض العربي بفلسطين

ايها العربي

يدعو المجلس الموقت لادارة المعرض العربي بفلسطين كل وطني الى الاشتراك في اسهم شركته بمقدار ما تساعده ظروفه المالية .

وهو يرجو كل الهيئات الوطنية ان تعمل على انجاح هـذا المعرض بكل وسيلة ممكنة حتى يكون دليلاً على استعداد البلاد للتعاون والاخذ بكل ما هو مفيد شأن الامم الحية .

ونجاح هذا المعرض عدا عما يحدث من حسن الاثر في قضية فلسطين السياسية تترتب عليه فوائد معنوية واقتصادية كبرى لفلسطين العربية وشقيقاتها المجاورة فضلاً عن أرباحه المادية .

ان نصف الاسهم تقريباً قـد اكتتب به حتى الان في مدة ١٥ يوماً والامل ان لا يمر شهر او شهران على الاكثر حتى يغطى الباقي ويقفل باب الاكتتاب .

فاذهب من اليوم واكتتب بالقيمة التي تريدها في البنك العربي في القدس او في احد فرعيه في يافا وحيفا او ارسل قيمة اكتتابك حوالة على البريد .

واذكر ان نجاح هـذا المعرض اصبح واجباً يفرضه عليك شرفك الوطني .



(مأخوذة عن جريدة فلسطين)

فقيد فلسطين والقضاء المرحوم علي بك جار الله

القاضي في محكمة فلسطين العليا

والمتوفي فجأة في غرة حزيران الماضي



(ماخوذة عن جريدة فلسطين)

صاحب السيادة المطران بولس سلمان

المطران الجديد للروم الكاثوليك
في شرقي الاردن

ننشر صورة سيادتـه بمناسبة زيارتـه لمدينة القدس في أوائل الشهر الماضي



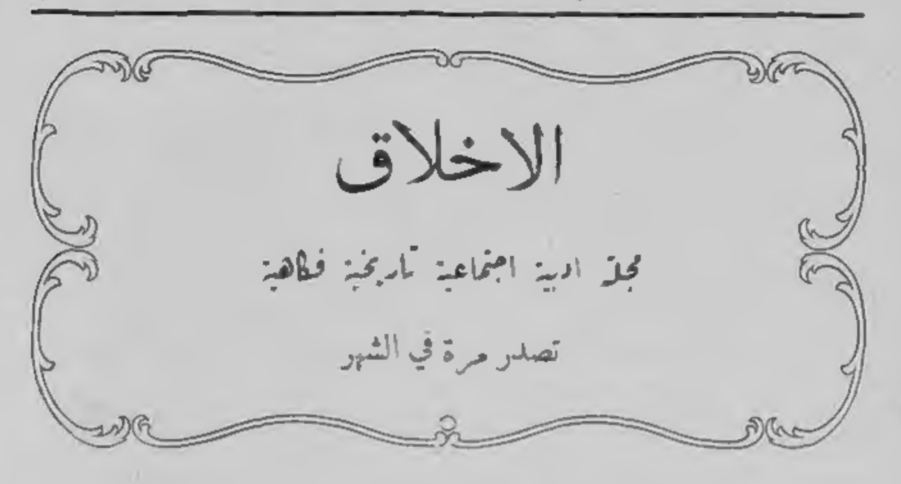
(مأخوذة عن مجلة كلية ترا سانطه)

نابغة شعراء الالمان «غوته»

ننشر صورته

بمناسبة مرور مئة سنة على وفاته





الاخلاق

مجلة ادبية اجتماعية تاريخية فكاهية

تصدر مرة في الشهر

طهارة الشاب

« احفظ ذاتك طاهراً نقياً » مرّ على هذه الآية الشريفة مدة نحو عشرين جيلاً وهي تخلد اطيب الذكر لبولس رسول الامم العظيم

فضلاً عن انها من الايات التي ما زالت على تقادم العهد تردد صداها النفوسُ النقية في كل جيل وجيل باعتبارها امراً من الاوامر السامية ووصية كريمة لا يرى من السهل الهين حفظها ومطابقة الحياة عليها ·

لا بدَّ لكل شاب سليم الجسم معافى ان يختبر بحسن معرفة ويقين ان الاهواء الجنسية هي متحكمة فيه بقوة هذا حدها بنوع انه لا يقوى على كبحها ان لم يكن قد ضمّ الى نفسه مبادىء راسخة يؤيدها بارادته الثابتة وعزمه الشديد ·

هذا وان الله الخالق الذي لا يغش ولا يغش قد تنزه عن كل غلطٍ وخطأ في منحه الشاب طبيعة تميزه جنساً وبها تقوم رجولته فهذه القوة الجنسية لها اثر ظاهر في سائر البشر الذين تميزوا بها على ضروب مختلفة ·

وبدونها يظهر الانسان في عالم الوجود اثراً لنفسه محب الذات بخيلاً جامد الكفين مكروهاً من نظرائه وابناء جنسه خشن الطبع في حضرة الجنس اللطيف لا انس ولا حظ له عنده · ومن البيّن ان الانسان اذا اعدم هذه القوة المتأصلة في ذاته لا يكون له رغبة في ان يعيش الشخص غير شخصه او ان يعتنق حالة تفرض عليه الاعتناء والاهتمام بحفظ العائلة وقيامها ·

لا ريب في أننا نضعف الرجال والنساء والحيوانات اذا عريناها من القوة الجنسية بقطع اعضاء التناسل او نزعها منها وعلى هذا الشكل يصبح الانسان موضوع كراهة ونفور الرجال والنساء لا رجولة لجسده ولا شهوة لنفسه ولا غاية لحياته · فيظل تعيساً طول الدهر ثقلاً على نفسه وذليلاً ومحتقراً بين جماعة البشر المتمتعين دونه بكمال البنية وسلامة التركيب

وعليه فيرى من الحماقة والجهل ان ينسب لله الغلط والخطأ في منحه الانسان طبيعة جنسية هذه صفتها لكنما الشاب الذي يبيح هذه الطبيعة السفلى ان تتسلط عليه فتذله وتهدم جزءه الاشرف والاعلى اي النفس فانه يرتكب خطأ كبيراً وغلطاً فظيعاً يعذل فيه ولا يعذر عليه وبعكس ذلك فانه يزيد في خلقه حسناً ونضارة ورجولته حياة اذا ما اجتهد في اخضاع قوته الطبيعية تحت نظام وترتيب فاذا ما شعرتَ ايها الشاب الاديب بشدة الجهاد والمقاومة فاسمح لي ان اردد على مسمعك آية رسول الامم : « كن رجلاً ذا شهامة ومروءة كن قوي القلب شجاعاً » فان الله قادر على ان ينصرك في المقاومة والجهاد على عدوك الالد الذي هو الجسد فينجيك ويخلصك منه

ويعينك ويقويك عليه لعمري ما اشد الجهاد والمقاومة لاولئك الذين يخالجهم الريب لدى مشاهدتهم الوفاً من الرجال العظماء قد افلحوا في الحياة ولم يملكوا شداً ولا ارخاءً في الظفر والاستظهار على قوة طبيعتهم الجنسية بل كانوا عبيداً للاسم والرذيلة ها ان الاسكندر العظيم يتهيج للبكاء والتأسف على انه بعد ان افتتح الشرق والغرب لم يبق له بلاد يفتحها ويتسلط عليها ومع ذلك فانه لم يكن في حالة تمكنه من امتلاك نفسه والاستظهار عليها · ونابوليون بونابرت الذي كاد ان يدوخ اوربا كلها فانه لم يكن قادراً على كبح هواه بل ظلّ عبداً لشهوة جسدية لا تعرف القناعة ولا الشبع فمثل هذين الفاتحين العظيمين وغيرهم من الفاتحين قد توصلوا الى امتلاك الوف من النفوس لكنهم لم يستطيعوا ان يحسنوا امتلاك انفسهم والتسلط عليها كما شهد عليهم التاريخ والتاريخ شاهد على الواقع شهيد ·

ليس من أحد الآ وقد سمع بذكر بيدل (Bidel) قاهر الاسود الذي كان يلج قفص الحيوانات الاكثر توحشاً بشجاعة لا تهاب الموت فهذا البطل الفرنسي الشهير كان يقول : « ان العجماوات ترهبني لانها ترى انني لا اخافها وانما لكي استطيع ان اقهرها واحوز الغلبة عليها فيجب ان اقهر نفسي واتسلط عليها بالتمام والكمال » ·

هذا وان الشاب لا يمكنه ان يفلح في حفظ جسده طاهراً وحياته نقية بغير عيب ولا دنس ان كانت افكاره واحاديثه وتعوداته ممتلئة شهوة وفساداً

لقد يرى مستصعباً ان يجتنب الشاب تمام الاجتناب الافكار الرديئة لكنما لا يلزمه ان يجعل لها في نفسه ملاذاً اذا حضرت ولا ان يغترّ بقبولها واحتقار ما لذ له فيها · فالافكار تخرق العقل وتلجه بسرعة ما تلج اصول المرض الى الجسد بواسطة الطعام الذي تبتلعه والهواء الذى نستنشقه · غير ان الجسد القوي والسليم يهدم هذه الاصول بقوته الحيوية وحيثما تكن هذه القوة ضعيفة والمبدأ الحيوي ناقصاً فهناك تجد الاصول السارية ارضاً ملائمة فيتولد منها امراضاً وعللاً تقود الى الموت وتعدم الحياة ·

وعلى هذا المنوال فان الزرع الرديء قد ينبت وينمو في ارض لم تزرعه فيها يدٌ · ولذلك فان المزارع لا يلام لوجود الاعشاب الرديئة في ارضه بل يلام على تهاونه في قلعها واستئصالها بعناية واهتمام · فسهولة نمو هذه الاعشاب الرديئة هي لعمري دليل على جودة الارض وخصبها · انما المزارع الذي يفلح الارض ويزرعها زرعاً جيداً فانه يستغل منها عند الحصاد حنطة صالحة يملأ منها اهراءه وبيته · والحال فان الشر لا يقوم بوجود الافكار الرديئة بل بقبولها وحفظها في العقل والارادة حيث تشتد قوتها وتثير حركة الشهوة التي تحبل وتلد الاسم · فلكي يحفظ الشاب جسده واعماله نقية ينبغي له ان يحفظ قلبه طاهراً · وليس من شيء يساعد اكثر المساعدة على فساد القلب كالتأليف الرديئة · من كتب وروايات خيالية مغايرة الآداب والحشمة التي من شأنها ان تشجع على الرذيلة فتفتن الحواس وتقلق البال وتفسد الخيال والتصور وتشوه وجه الطهارة وتدنس الجسد ·

فينبغي لك ايها الشاب الاديب ان تحذر كل الحذر من مطالعة هذه المصنفات الغير المرتبة وتستعيض عنها بمطالعات مفيدة تزيدك طهارة وصلاحاً ٠

فيما ان هذا الواجب هو من اخص الواجبات التي يتقيد بها الآباء والرؤساء واصحاب السياسات الروحية والزمنية فيشار اليهم بان يمنعوا من بيوتهم ومدارسهم وكافة مؤسساتهم الكتب والروايات الفاسدة لئلا تتداولها ايدي الاحداث والشبان والبنات ٠

وفي جنب القلب الطاهر يجب ايضاً ان يحفظ الخيال نقياً ٠ فيجب عليك ايها الشاب ايضاً ان تجتنب مشاهدة الصور والرسوم المغايرة الحشمة والوقار وتبتعد عنها ابتعادك من الامراض السارية ٠ فمثل هذه الصور والرسوم تحرك في الشاب الاهواء فتحرضه على الرذيلة التي ينتج عنها نتائج وخيمة يشعر بها في حياته ويظهر لها اثر في ذريته من بعده فعساك ايها الشاب الاديب ان تنقي بيتك وغرفتك الخصوصية من كل صورة ورسم قبيح يوسوس اليك الافكار الرديئة فيدنس خيالك ويذل نفسك وجسدك معاً ٠

ومن الواجب عليك ايضاً ان تكون طاهراً في حديثك اذا شئت ان يكون جسدك نقياً ٠ فلا تنخدعن بالمعاشرات الرديئة فانها تفسد الاخلاق الحميده ٠ ان الفكر الرديء لا يلحق ضرراً الاّ بالشخص الذي قبله ولم يقوَ على طرده لكن المحادثة الرديئة هي مضرة لجميع الذين يسمعونها ٠

ولكي تحفظ ذاتك بالطهارة والنقاوة فعليك ايها الشاب الاديب ان

تنقطع عن الاطعمة التي تحرك فيك الشهوة وتقودك الى الشراهة واخصها ما كان منها يسبب الحرارة المضرة والمتبلات والكحول بانواعها المختلفة ·

ان الشاب الذي بوده ان يصون افكاره واعماله نقية طاهرة فليس له بعد نعمة الله ومعونته الالهية من قوة نافذة في الحياة اثمن واقوى على معاضدته نظير المرأة الحرة الفاضلة · لكنما من سوء الحظ كم من امرأة في هذا الزمان تساعد الشاب على الاهواء بمزاجها الخالي من النقاء والخلوص بدلاً من ان تكون له ساعداً قوياً في الجهاد · قد يمكن ان تكون بين النساء امرأة تعيش في الظاهر عيشاً صافياً خالياً من الشبهة والدنس وقلبها لا يعرف الطهر ولا الصلاح · ومثل هذه المرأة هي عزيزة الوجود · فالنساء يكنّ بوجه الاجمال عفيفات طاهرات اذا حصلن على تربية حسنة ولم يسلمن انفسهن الى الطيش والبطل باختلافهن الى المجتمعات العالمية وقراءة الروايات الخيالية المختلقة التي هي ضرب من الاخبار المموهة والخرافات ·

حينما يحب الرجل امرأة طاهرة وفاضلة ويؤثر الانضمام معها تحت راية الطهارة الادبية والمادية فانه يتخذ لنفسه حصناً منيعاً يعيش فيه في مأمن من الغرور والفساد ·

في اشد ازمنة التاريخ ظلاماً واكثرها ضلالاً وجهلاً كانت المرأة كسلعة وجارية تعرض للبيع وللاهانة والقتل ولم يكن لها حق من الحقوق تحفظ به كرامتها وحرمتها · فيوجب عليها الرجل كل الوجوب بالطاعة والخضوع ويتطلب منها شديد المحافظة على الامانة والصدق في حين انه كان

يبيح لنفسه ما شاء من فساد السيرة والتصرف القبيح المضاد الحشمة والوقار كما انه كان يخلق لها ويبدع على غير مثال سابق اصعب الرسوم والتنبيهات والقوانين واشدها صداقة ويخرق حرمة اقدس الاشياء واشرفها جهلاً كل عدالة متعامياً عن كل برّ وصلاح ·

وفي هذا العصر عصر النور والتقدم يظهر اكثر الشبان كانهم يغضون النظر عن وجوب هذه القاعدة القبيحة الادبية الغير العدلة بل ان عدداً وافراً من الناس يحبذ العمل بها ويعدها من الشروط اللازمة لسيرة الحميدة · فليعلم هؤلاء ان ما هو شر لنفس الرجل هو شر لنفس المرأة ايضاً ففي البيت او في الخارج في البرية او على شاطئ البحر في الليل والنهار لا توجد سوى قاعدة ادبية واحدة لسائر العصور وكافة الشعوب للرجال والنساء للعبيد والاحرار للاغنياء والفقراء على السواء بلا فرق ولا تمييز · لا يوجد ولم يوجد ولن يوجد ابداً قاعدتان مختصتان بالادب والسيرة الشخصية والاجتماعية ومن هذا الوجه يجب ان تحد العائلة والمدرسة والسلطة الروحية والزمنية لمقاومة هذا الفكر والتصور الباطل الذي من شأنه ان يولد الرذيلة والاثم ويذل الافراد ويفسد الهيئة الاجتماعية ويهلك الشبان والرجال ويقضي على كثير من خلائق الله الناطقة الاكثر كمالاً ·

هذا وان الطهارة الشخصية ترى غاية لاهمية لكل شاب من الشبان فعلى حسب الافراد تكون الهيئة الاجتماعية ايضاً · فعليك اذاً ايها الشاب الاديب ان تحفظ ذاتك طاهراً ونقياً بصفة كونك محباً للوطن وصديقاً

للانسانية. يلزمك ان تجزل العناية بحفظ طهارتك وفاء لفرض واجب تتقيد به نحو جميع الناس الذين يعيشون معك ، نحو والديك واخوتك واصدقائك وذويك وزملائك في الصناعة والعمل ، ونحو الذين يجلون قدرك ويثقون بطيبة قلبك . فضلاً عن ان هذا العصر يتطلب شباناً ورجالاً اطهاراً وانقياء من قمة الراس الى الاقدام ومن مركز القلب الى الدماغ

وعسى ان تدرك انه على سيرتك وتصرفك تتوقف الاخلاق الادبية التي تتصف بها فان كانت سيرتك قبيحة ساءت اخلاقك او كان تصرفك حميداً كانت اخلاقك كريمة ونبيلة . ثم تضمنه من هذا الوجه يقرر الحالة التي ستصير اليها في هذا العالم او في العالم العتيد .

وبعد هذا فان كان يحق لك ان تطلب الطهر والنقاء من الفتاة التي تختارها لك رفيقة في الحياة فتذكر ان لها الحق ايضاً في مطالبتك بما تطالبها منه من الحقوق والواجبات

وفي ختام هذا المقال لعلك تعتبر بجد ورزانة هذا الامر اي ان اولادك يكونون باكثر الاحتمال كما كنت في الحياة . فان كنت فاسداً غير صالح تعدّ اولادك لان يعيشوا نظيرك في الفساد والرذيلة وان كنت بعكس ذلك طاهراً محتشماً فانك تعدهم لحياة نقية وصالحة . وان كنت قد ورثت انت ايضاً من والديك الميل الى الدنس وقلة الادب فيجب عليك نحو الذين يخلفونك ان تجزم على قهر هذا الميل الفاسد بان تقطعه قطعاً لا عودة فيه لئلا يرثه ابناؤك من بعدك .

التنفس

اعلمي ايتها الفتاة ان اول عمل عملته عند ولوجك باب الحياة هو التنفس . اذا انقطع نفسك انقطعت حياتك . فمن يوم ولادتك الى يوم ينقضي به اجلك تكونين قد تنفست نحو عشرين مرة في الدقيقة والف ومئتي مرة في الساعة وثلاثين الف مرة في اليوم وعشرة ملايين مرة في السنة . فاذا ما بلغت الخمسين من العمر تكونين قد تنفست خمسمئة مليون مرة . اننا نأكل ثلاث مرات في النهار وواحد وعشرين مرة في الاسبوع ونحو الف مرة في السنة وخمسين الف مرة في خمسين سنة في حين اننا نتنفس خمسمئة مليون مرة في السنين المذكورة . لقد ثبتت لنا اهمية الغذاء في ما سبق من الاعداد فانه يمكن ان نعيش بضعة ايام بدون غذاء غير انه لا يمكننا ان نعيش ثواني كثيرة بدون هواء ومن هذا الوجه ينتج لنا ان التنفس هو اهمّ من الغذاء بما لا حد له .

ماذا يحدث في جسدنا اثناء التنفس . يتم فيه حدث كيمي شبيه باحتراق الحطب او الفحم الحجري في الموقد . فان الكربون والهيدروجين التي يتركب منهما الفحم الحجري يمتزجان بسهولة وسرعة باوكسيجين الهواء وعند حدوث هذا الامتزاج تتولد الحرارة والنور فتخرج من المدخنة مواد لا فائدة لها .

فالنار اذا نتيجة التأكسد او امتزاج الاوكسيجين بالذرات القابلة الاتقاد . ولاشتعال النار يقتضي توفير الهواء اللازم لها .

فضلاً عن انه يقتضي اتحاد اوكسيجين الهواء بالغذاء لكي يستحيل كيميا الى انسجة وحرارة وقوة فينشأ عنه ما يقال له الاحتراق . يتم هذا التبدل في الجسد حيث كل خلية هي بمنزلة موقد يجري فيه عمل التأكسد فتتولد به القوة والحرارة وتتجدد الانسجة متبدلة بانسجة خلافها .

كيف يدخل الاوكسيجين الى كافة اجزاء الجسد بنقله الى كافة الانسجة واصغر خلية من الخلايا وهذا هو عمل التنفس . يدخل الدم الى الحويصلات

الرئوية حاملاً موادّ غير نافعة تعلقت به خلال دورانه في البدن فيكون حينئذ قاتم اللون ويعرف بالدم الوردي لكنه حين يتشبع بالاوكسجين وبه بواسطة التنفس يشق ويصفو فيصير احمر قرمزياً ويعرف بالدم الشرياني. ويحصل التبادل اولاً في الاوعية الشعرية والرئتين فيخرج ما في الدم من حامض الكربونيك في الهواء ويأخذ منه الاوكسيجين ليوصله الى جميع اجزاء الجسم بواسطة الشرايين والاوعية الشعرية ويأخذ بدلاً منه حامض الكربونيك وحينئذ تتم عمل التأكسد الذي تتوقف عليه الحياة والقوة.

وفي ساعات الراحة يتعرف هذا التبادل بحركة شديدة لكي اثناء العمل تفقد القوة المدخرة في خلايا الانسجة بحيث تقتضي التعويض عنها

وعلى هذا الشكل ترى اننا نتناول الغذاء والهواء ليس الا لنستخدمها في تجديد انسجة الجسد ثم اننا نفقد هذه الانسجة بالعمل والرياضة ونلقي ما كان عن دفع من المواد فقد عرفنا الآن اننا نعيش على قدر ما نتنفس

هذا وان الدكتور هوابروك يقول: «ان قوة الولد لها علاقة شديدة بقوة الرئتين. ومن هذا الوجه فان سكينة الرجل وعصمته وقوته هي مؤلفة مع امتداد تنفسه وراحته بحيث تكون الرئتان على نشاط في العمل فهنالك الشجاعة والقوة وان كان بخلاف ذلك ضعيفتين واهنتين فهنالك الجبن والعجز. فمن كان في اضطراب وقلق يجهر انه ضيق النفس ومن كان حاداً متهيج الفؤاد فانه يتنفس تام التنفس» ويقول ايضاً الدكتور فون در ديكن «ان التنفس هو عمل مستمر منعش القوى ويجب ان نعتبر الاحتياج اليه كمطالبة بحق الحياة ودليل على انه بدون تجديد مجرى الدم بالاوكسيجين فان سائر الاعضاء الحيوية تفقد بعدة وجيزه حق التصرف والاستخدام وتكف عن العمل.

اني افكر في ما اذا كانت الفتاة تعرف ان تتنفس بحسب المبادئ الصحية القانونية. فهي تقول كيف لا واني اتنفس دائماً بلا انقطاع. لا ريب في انك تتنفسين على الدوام ولكن هل تتنفسين جيداً او انك تكتفين فقط بادخال قليل

من الهواء الى احد اجزاء رئتيك بدون ان يصل الى ادق الخلايا واصغرها ، او لم تحصري جزءاً كبيراً من سعة رئتيك بملابس الضيقة . اني اراك تشيرين برفع كتفك الى انك متأثرة بعض التأثر من هذا الكلام فتقولين اني فقدت خطة الموضوع زاعمة في البحث عن المشد والملابس الضيقة وانت تكرهين استعمالها . فان كنت تقولين ذلك فانت في غلط وضلال مبين لاني لا اريد الآن الا محادثتك عن كيفية التنفس الحقة .

ان للناس درجات متعددة وارفع درجة منها هي تلك التي تتمتع بعظم قدرة للتنفس والحيوانات الباردة الدم تتنفس اقل مما يكون وهي لذلك قليلة الحس والقوة للعمل . اما الانسان فانه يملك قدرة عظيمة التنفس ولذلك فينبغي له ان يكون ممتلئ جسده وقوة ويمكنه ان يكون على هذا الشكل اذ تعلم ان يعرف ذاته معرفة صحيحة وجيدة .

هذا وان النتيجة التي يصدرها كل عمل ورياضة ما هي اعظم حركة تحرك بها القلب والرئتان بفعل التنفس ودوران الدم وبقدم الرئتين كمية عظيمة من الدم للتأكسد .

ومن الحكمة العظيمة التمرن على التنفس الشديد والعميق كل يوم بهيئة رياضة بدنية فان هذا التمرن من شأنه ان يجدد ايتها القدماء جيلاً اذ كنت تعتقدين بصحة قول الاطباء . في عهد اليونان والرومان طالما اوصى الاطباء بالتنفس العميق وحفظ الهواء في الرئتين حفظاً ارادياً مختاراً وذلك لانهم كانوا يعتقدون بان هذا العمل ينقي مجموع الاعضاء من الاقذار ويمنحه القوة

فبما ان جميع الاكتشافات العلمية الحديثة قررت مبدأ هؤلاء الشعوب القديمة والاطباء في هذا العصر وسعوا بذلك نطاق معارفهم واضافوها الى حكمة القدماء .

كما ان الدكتور سمر من ليبسيج في المانيا يوحي بالتمرن على التنفس بقوله : احبوا الهواء ، تمتعوا بالهواء النقي والجيد ، استنشقوا الهواء الرطب في حجرتكم نهاراً وليلاً .

والدكتور بيكين يقول: ان رياضة التنفس هي الدواء الوحيد الناجع للامراض الرئوية.

كل هذا يثبت ما للتنفس من الاهمية الكبرى فضلاً عن التنفس يجب ان يكون خارجاً من الحجاب الحاجز بين الصدر والبطن بحيث يجعل جوانب جزء الصدر الاسفل في حالة انبساط فتمكن كل خلية من التشبع بالهواء ونقل الاوكسيجين المقوي الى الدم.

وعليه فان بعض دقائق تصرف في التمرن على التنفس الصدري او الحنبي تمنح الصوت قوة وامتداداً وتضاعف جمال الهيئة وتقوي الصحة وتضمن السعادة والسلامة ويكون هذا التمرين بالوقوف والتنفس من الفم مع حفظ الفم مغلقاً. فيدخل الهواء رويداً رويداً في الرئتين بحركة تسمى بالشهيق ويخرج منهما بحركة اخرى تسمى بالزفير وذلك بانبساط وانقباض جميع جدران الصدر.

وفي الختام فان هذا التمرين اذا جرى في حجرة مروحة او في الهواء الطلق فانه يزيل وجع الرأس وينزه العقل والافكار ويقوي الارادة ويبدع في الهيكل الانساني اعظم حظ واستعداد.

فكاهة الارواح

لقي خليل ربه بعد غربة طويلة في الحياة على اثر علة شفت جسمه الضئيل واعادته الى التراب الذي اخذ منه فرادت امرأته ان تعرف الى اين ذهبت روحه الخالدة بعد موته. فاستنبأته قائلة له:

— أأنت في النعيم

— لا

— أأنت في الجحيم

— نعم

— وكيف حالك في العذاب

— ان عذابي هنا لاخف من حياة مرة قضيتها معكِ في دار الشقاء. (وكان احدهم يفاكهها بهذا الكلام وراء الستار).

في عالم الطب

تدبير صحة المرأة مدة الحمل

٤ جهاز التنفس ودوران الدم

للطبيب النطاسي الدكتور يوسف ابي العراج

(تعريب الاخلاق عن الايطالية)

ينبغي ان تتجنب المرأة ما يسبب لها مرض المفاصل والاعصاب الزكام (الرشح) وعلى الخصوص اذا كان قوياً فانه مع التهيجة اي تواتر النفس من شدة الحركة ساعد على انقطاع الحمل. وقد عرف عند العموم ان الدم يتعكر دورانه لا من زيادته بل بالاحرى من ضعفه في البدن. فاذا حصل للمرأة ارتخاء في اعضاء التنفس والمعي المستقيم والمحدبين ينبغي لها ان تلزم الراحة ولو مدة النهار ايضاً وان لا تحتزم بحزام المطاط او غيره. وان اصيبت بانتفاخ اطرافها السفلى او ارتشاحها المسمى عند القوابل بالترهيلة وذلك بسبب ضغط خرجي عليها فقط ينبغي ان تعالج بالراحة وفرك الاطراف وربطها وتستعمل الادوية المنعشة مجددة القوى

٥ الجهاز الهضمي

تنشأ عن الحمل امراض كثيرة كفيضان الريق وتسوس الاسنان فاذا اصيبت المرأة بذلك فعليها ان تستعمل مستخرج (Coclearia) للمضمضة في الفم.

ان الحامل تصاب عادةً في الشهر الثالث و الرابع بالتهوع والقيء وقد يكون ذلك مستمرّاً فينبغي لها في مثل هذا الظرف ان تستشير الطبيب. وان كانت تستفرغ الاكل عند الصبح فقط يكفيها ان تتناول شيئاً من الطعام قبل نهوضها من الفراش. ويجب ان يكون الطعام موافقاً للقابلية اي شهوة النفس للاكل. تعطى

المرأة بالاحمال يومياً ٣٠٠ غرام من الخبز و ٢٥٠ غراماً من النبيذ والقهوة والحليب ومرتين من الحساء ومرق اللحم و ١٨٠ من اللحم والخضر والفواكه.

ينبغي للحامل ان تمتنع من أكل الخضر والاشياء التي ترى غير صالحة ومناسبة لها وان تخالف نفسها اذا اشتهت ما يضر صحتها وفي قرب نهاية مدة الحمل يجب ان يكون طعام العشاء قليلاً . فتعطى المرأة نبيذاً معتقاً او مراً (النبيذ مع الكينا) (Vino chinato) واخص ما كان منه للمرأة الضعيفة ويمكن ان تستعمل القهوة والشاي والجعة بحسب المبادئ الطبية غير انه يخطر عليها تمام الخطر متناولة الكحول .

قد يحدث لكثير من النساء انقباض البطن وعسر الهضم وفي هذا الحادث يجب ان تتروض الحامل رياضة معتدلة فتأخذ ملعقة او اثنتين من الماء على الريق قبل الاكل وتأكل من الفواكه الناضجة المطبوخة والعسل وتطبخ الخوخ ، وان كانت هذه الوسائط غير كافية فعليها ان تستعين بالادوية المسهلة كالمواد السكرية (Manite) والمغنيسيا (Magnes... ... n...) واجودها (Pe... ... ...) و (... ... ...) والا فتستعمل الحقن بالماء وحده او بماء الفاتر ، بالماء والملح ، بالماء والصابون ، بالماء والزيت ، بالماء والكلسرين (Gl... ...) واخيراً يمكنها ان تستعين ايضاً بالمسهلات لرتبية كزيت الخروع والاملاح . ولا يجوز استعمال المسهلات الحديدية المهيجة اي (... ...) و (... ...) التي من شأنها ان تسبب ضغطاً في الرحم وسقوط الجنين . وان أصيبت المرأة بعسر الهضم وحمض في المعدة فعليها ان تستعمل خشب الكينا ... فتأخذ منه ملعقة قبل كل اكلة ممزوجة بالماء المعدني . وان لم تنجح هذه الوسائط بسبب جرح داخلي في المعدة فيجب عند ذلك استشارة الطبيب .

٦ الجهاز البولي

ن وظيفة العروق في الجسد لها اهمية عظيمة جدا ولذلك يجب ملاحظة كمية البول التي تخرج يومياً في مدة ٢٤ ساعة وفحصه من حين الى آخر للوقوف على

وجود البول او عدمه فيها ومن المعلوم ان وجود قليل من الزلال في البول ليس له من تأثير في اعتدال الصحة وان تدر السكر التي تظهر فيه لا يجب ان تكون سبباً للحيرة والفزع لا سيما وان التبول يكثر وقوعه في النصف الاول من مدة الحمل .

اذا احست امرأة بالتهاب وتحرق عند افراز البول بسبب البلغم المتعلق بالمثانة يجب ان تستخدم الحليب ومنه الكربون والصودا (٠'٠٥) كل ورقة او (Lumens) للدكتور جوسفيني . وان احست بالالتهاب والتحرق بسبب بعض الهيجان والتأثر في الخاليين ينبغي لها ان تغتسل بماء الفاتر والصابون وافضل ما كان بالبر وفورمبو (solemn) وخصوصاً اذا ظهر حرارة في اعضائها او في الجهات المجاورة لها فتستعمل مسحوق (Kolemol) او تنتطف بطرايين سنو (Hazeline Snow)

٧ النظافة بوجه العموم

اذا كانت المرأة لم تتعود الاستحمام يومياً فلا يجب ان تستعمله في الثلاثة الاشهر الاولى والشهرين الاخيرين من الحمل واذا كان من عادتها الاستحمام كل يوم فلا بأس منه حتى ولو كان في ذلك سبيل لسقوط الجنين وحرارة الماء في الحمام يجب ان تكون من ٣٢ الى ٣٦ درجة ومدة المكوث فيه من ١٥ الى ٢٠ دقيقة أما الاغتسال فافضل ما كان بالماء الفاتر للنظافة واذا أرادت المرأة أن تأخذ حماماً سخيناً فدرجة الحرارة والمدة هي كما ذكر أعلاه ومن الضرورة حينئذ ان تكون الغرفة دافئة . وفي الشتاء بعد ان تنشف جسمها جيداً يجب ان تلزم الفراش كما يلزمها ذلك بعد الحمام النصفي . كذلك يمكنها ان تستعمل حمام البحيرة والنهر والبحر في الفصل المناسب بشرط ان تكون درجة الحرارة معتدلة ولا تكون امرأة في الثلاثة الاشهر الاولى من الحمل غير ان هذه الحمامات لا تشير بها على المرأة المتعودة سقوط الجنين . واذا أحست بعد الاستحمام بألم من انقباض البطن فعليها

ان تلزم الفراش وتستريح طول الشهر ثم تستدعي الطبيب وتمتنع عن الاستحمام مدة من الزمن. وعند قرب آخر الحمل يوافق ان تستعمل بعض حمامات المنقوعة وغسل عضوها الظاهرة بماء وصابون فتأخذ قليلاً من مسهلات ملعقة من المانيزيا المكلسة او من زيت الخروع او الاملاح ومنعاً من سقوط الشعر المتواتر وقوعه بعد الولادة يشير على المرأة ان تغسل رأسها بماء فاتر والصابون في آخر أسبوع الحمل وان تستخدم عند النوم منديلاً خفيفاً تعصب به رأسها .

الموآبيون

ينتسب هذا الشعب القديم العهد الى موآب بن لوط من ابنته الكبرى وموآب هو ابو الموآبيين ومعناه من ابي ولوط هو ابن هاران بن تارح ابي ابرهيم من ذرية فالغ ابن عابر من نسل سام ومعناه محجب او رداء . ولد توفي ابوه في ارض مولده اور الكلدانيين رافق عمه ابرهيم في رحلته الى ارض الميعاد ومصر ثم انفصل عنه في بيت ايل بعد رجوعه من مصر واختار السهول التي على ضفة الاردن والبحر الميت المدعو باسمه وقطن سدوم قصبة المدن الخمس المتعاهدة قبل ان نزل غضب الله بهم وهي سدوم وعمورة وادمة وصبوايم وصوغر او زوغر. وكان الله عفا عن تدمير صوغر بعد ان امطر على سدوم وما جاورها من المدن كبريتاً وناراً ونجا لوط وابنتاه بفراره الى هذه المدينة ومعناها الصغيرة .

كانت بلاد الموآبيين في شرق من البحر الميت ونهر الاردن يحدها

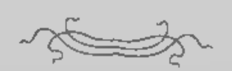
جنوباً بلاد دوم يفصلها عنها نهر المعروف اليوم بوادي الحسى وشمالاً نهر ارنون (الازرق) الذي يفصلها عن بلاد الاموريين . احتلوا هذه البلاد من قديم الاجيال قبل دخول موسى اليها فطردهم منها سيحون ملك الاموريين غير انهم عادوا فامتلكوها على عهد بني اسرائيل . ومن مدنهم ديبون (ذيبان) ومادبا وحسبون (حسبان) .

ومن اخص الآلهة التي كانوا يعبدونها بعل فغور وتأويله بعل نحور اي سيد النحور وادهه .

حاربهم الملك داود (١٠٥٥ ق . م) بعد محاربته الفلسطينيين فبدد شملهم واسر منهم جماً غفيراً وكان يطرحهم على الارض ويقيسهم بحبل فيقتل من كانوا على طول حبلين ويستبقي من كان على طول حبل واذ ذلك صار المؤآبيون عبيداً له يؤدون جزية .

وحمل عليهم يهورام ملك اسرائيل (٨٩٦ ق . م) فضربهم ودخل بلادهم وحاصر قير حراسة حاضرتهم وهي الكرك الآن .

ولما غزا سرجون ملك الاشوريين البلاد (٧٢٢ ق . م) عزم المؤآبيون على ان لا يؤدوا له الجزية فحاربهم وشتت شملهم وفي عهد سنحاريب ابنه (٧٠٥ ق . م) كان المؤآبيون من جملة الشعوب الذين استقدم ملوكهم اليه ودفعوا له الجزية .



عثمان بن عفان

هو الخليفة الثالث من الخلفاء الراشدين ولد سنة ٥٧٦ بعد الميلاد وفي السنة الخمسة من ميلاد محمد نبي المسلمين وشب على الاخلاق الكريمة والسيرة الحسنة حيياً عفيفاً وكان اميناً يستشار في عظيم الامور .

بويع بالخلافة بعد وفاة عمر بن الخطاب سنة ٢٤ هـ - ٦٤٤ م وفي زمنه اشتد اختلاف القراء في رواية القرآن وكان جمع بامر ابي بكر واودع السيدة حفصة فطلب عثمان الصحف لنسخها في المصاحف وكلف جماعة من الصحابة نسخها فنسخوا منها اربع نسخ ارسلت الى الامصار لينقل عنها ويحرق ما سواها .

وسلك عثمان طريق عمر في سياسته مدة فتح فيها بلاد جنوبي التركستان وبرقة وطرابلس الغرب والنوبة وجزيرة قبرس وفي آخر ايامه تذمر منه بعض الناس بحجة انه يؤثر اهله واقرباءه في توليته المهام المفتوحة من يثق به منهم فحصروه في داره بالمدينة وقتلوه وهو يتلو في مصحفه سنة ٣٥ هـ ٦٥٥ م ودفن بالبقيع (مقبرة بيثرب) وله من العمر ٨٢ سنة وكانت خلافته ١٢ عاماً .

من خطبه

ان لكل شيء آفة وان لكل نعمة عاهة وان آفة هذه الامة وعاهة هذه النعمة عيابون طعانون يظهرون لكم ما تحبون ويسرون ما تكرهون يقولون لكم ويقولون ، طغام (ارادل الناس) مثل النعام يتبعون اول ناعق ، احب مواردهم النازح (البئر التي لا ماء فيها) .

الموسيقى عند العبرانيين

لم يكن العبرانيون اقل كلفاً من غيرهم بفن الموسيقى وهو من اقدم الفنون النفيسة عندهم فيوبال بن لامك من ذرية قايين هو ابٌ لكل ضارب بالعود والمزمار ومن بعده لما عبر الاسرائيليون البحر الاحمر نظم موسى تسبحة ورنم مع بني اسرائيل وكانت اخته مريم تنشدها وجميع النساء وراءها بالدفوف. وقد صنع ابواق فضة لاجل الهتاف بها في افراحهم واعيادهم ورؤوس شهورهم وعلى محرقاتهم وذبائحهم السلامية وداود كان يسكّن روح شاول الردي بواسطة الضرب في العود. ولما استقل بالملك وقسم وظائف اللاويين واشغالهم عين عدداً عظيماً منهم لاجل الغناء والضرب في آلات الطرب في الهيكل وعلى ان كل شغلهم ووظيفتهم كان في بيت المقدس فقد تعلموا الغناء ومارسوه واتقنوه جداً بالصوت وبالآلات. ولما اجمع رأي الاسرائيليين على نقل تابوت العهد من قرية يعريم اصعده داود الى اورشليم بأغاني وعيدان وربابات ودفوف وصنوج وابواق وعلى هذا المنوال مسح سليمان ملكاً وكان الانبياء يستعينون بآلات الغناء عندما يتنبأون وآساف كان من رؤساء المغنين في خيمة الشهادة عند داود وفي الهيكل عند سليمان.

الآلات المختصة بفن الايقاع اي الاصول

١: الصنوج ويقال لها صنوج التصويت وصنوج الهتاف وهي صفائح مستديرة من النحاس الاصفر قطر كل منها نحو شبر ولها في مركز احد سطحيها عروة تمسك منها حين العمل بها الذي يتم بامساك اثنين منها كل واحدة بيد وضرب احداهما على الاخرى لاجل الطرب.

٢ · الفقيشات · هي صنوج صغيرة من نحاس اصفر يستعملها الراقصون في المراسح يوضع منها في كل يد صنجان احدهما في راس الابهام والآخر في راس الشاهدة ليضرب بها الاصول حين الرقص

٣ : الطبل · هو لوح رقيق من خشب ملتف يلاقي احد طرفيه الآخر فيكون على شكل اسطوانة مستديرة مجوفة ارتفاعها نحو شبرين فيشد على فوهتها رقاً من جلد الخيل يضربون عليه ·

٤ : الدرابكة (دربكة) هي نظير جرة من فخار لها عنق طويل مقطوعة من وسطها الذي قطره نحو شبر وعلى مكان القطع رق ممدود يضرب عليه

٥ · النقارة هي طبل ذو وجه واحد مصنوع من فخار او نحاس على هيئة الطاسة يشد على فوهتها رق والعمل يكون على نقارتين

٦ · الدف وهو دائرة من خشب ممدود عليها جلد فالكبير منه قطر دائرته نحو شبرين ويسمونه مزهراً والصغير قطره عرض نحو عشرة اصابع وفي دائرته الخشبية صنوج صغيرة والموسيقيون في بر الشام يسمونه دائرة وفي مصر رقا والعوام يسمونه دفا

٧ · الجنك جمعه جنوك طوله ست عشرة او ثماني عشرة عقدة ويعمل به بتحريك بعض اجزائه ·

٨ : مثلث يتم العمل به بتحريك بعض حلقات محيطة باضلاعه

٩ : الجلجل هو جرس صغير كان يعلق على ذيل جبة رداء الكاهن الاكبر عند دخوله للعبادة في الهيكل ·

وافق شن طبقة

يضرب هذا المثل للمتوافقين وروايته ان شن احد دهاة العرب وأذكيائهم اقسم بالله انه يطوف في البلاد حتى يجد امرأة مثله فيتزوجها ، فسار الى ان لقي رجلا يقصد الى قرية يريدها شن فصحبه ، ولما انطلقا قال له شن : اتحملني ام احملك ، فقال له الرجل : يا جاهل ، كيف يحمل الراكب الراكب ، ثم سارا فرأيا زرعا قد استحصد (آن حصاده) فقال شن : أترى هذا الزرع أكل ام لا ، فقال : يا جاهل ، اما تراه قائما ، ولما دخلا القرية لقيتهما جنازة فقال شن : أترى صاحب هذا حيا ام ميتا ؟ فقال : ما رأيت اجهل منك ، اتراهم حملوا الى القبور حيا ! ثم سار به الرجل الى منزله وكان له ابنة تسمى طبقة ولما دخل ابوها سألته عن ضيفه فأخبرها ثم رافقته اياه وشكا اليها جهله . فقالت يا ابت ما هذا بجاهل ، اما قوله : اتحملني ام احملك ، فاراد اتحدثني ام احدثك حتى نقطع طريقنا . واما قوله : اترى هذا الزرع قد أكل ام لا ، فاراد أباعه اهله فأكلوا ثمنه ام لا . واما قوله في الميت فانه اراد اترك عقبا يحيا به ذكره ام لا . فخرج الرجل وقعد مع شن فحدثه ساعة ثم قال له اتحب ان افسر لك ما سألتني عنه قال نعم . ففسره له . فقال شن ما هذا من كلامك فاخبرني من صاحبه فقال ابنتي : فخطبها اليه فزوجه اياها وحملها الى اهله : فلما عرفوا عقلها ودهاءها قالوا : (وافق شن طبقة) .

السموءل

هو ابن غريض بن عادياء اليهودي من يهود يثرب مدينة نبي المسلمين في بلاد العرب ، احد شعراء الجاهلية المشهورين و اكثرهم طلاوة ورونقاً ، وصاحب قصر تيماء حصن الحصين المعروف بالابلق الفرد الذي بناه جده عادياء وكانت العرب تنزل فيه فيضيفهم ويقيم هناك سوقاً كبيراً وتيماء بلدة اثرية على الطريق بين المدينة وفلسطين وقد خربت الآن وبها اطلال ابنية قديمة والابلق الذي فيه سواد وبياض وسمي حصن السموءل بالابلق الفرد لانه مبني بحجارة سود وبيض . و اكثر المؤرخين ينسبون السموءل الى جده عادياء اليهودي ويتركون اسم ابيه غريض .

وقد اشتهر السموءل بوفائه حتى صار يضرب به المثل في الوفاء والامانة فيقال اوفى من السموءل . وسبب ذلك ان امرأ القيس احد شعراء الجاهلية المشهورين بعد ان ثار ببني كنانة واوقع بهم الويل والنكال ولم يشف ذلك من غلته سار الى الشام يريد قيصر ليستنجد به على اعدائه فعرّج في طريقه على السموءل وترك سيفاً في حصن الابلق واودعه ابنته ودروعاً كانت لابيه ومضى في سبيله وبعد ذلك قليل قصده الحارث بن ابي شمر الغساني يطلب منه الدروع المودعة عنده فابى ان يسلمها له وتحصن في قصره وكان حصناً منيعاً لا ينال وكان له ابن قد نما فكلف بالصيد والقنص ولما كان راجعاً ذات يوم من الصيد قبض عليه الحارث وسجنه ثم قال للسموءل ان تسلم الوديعة ذبحت ولدك فاجابه : شأنك به فلا اسلم الدروع وديعة في عنقي بعض لاني اذا سلمت مال جاري الذي اوتمنت عليه ثلمت شرفي وخنت بي العهد واولى بالانسان ان يموت شريفاً عزيزاً من ان يموت حقيراً مهاناً . وحنقه الحارث غضباً من جوابه وذبح ابنه ورحل عنه ثم ان السموءل وافى موسم الحج بعكاظ ونحوها من اسواق العرب حيث دفع الدروع لورثة امرئ القيس وكان قد مات بعد عودته من عند قيصر بالقرب من انقرة وهي احدى المدن المشهورة في اسيا الصغرى .

من لطائف الايطاليين

بالقرب من ميلانو اكبر مدن ايطاليا الواقعة على نهر بو في سهل لومبردي اخصب اراضي البلاد طبيب عاش في الاجيال المتوسطة متخصص بالمجانين يستخدم لشفائهم علاجاً غريباً وهو انه كان يربط الواحد منهم بخشبة قائمة في بركة ماء متوحلة ويدخله فيها على مقياس ما قد بلغه من درجات الجنون ويترك المجنون في البركة حتى يدركه الجوع والبرد فيردُّ اليه عقله

وقد اتفق ان احد المجانين بعد ما لبث مدة سنتين في البركة اعطى شارة تدلّ على شفائه وتحسين حاله وبذلك توسل الى الطبيب ان يخرجه من الماء ويسمح له بالتنزه في المنزل فأذن له الطبيب بذلك على شرط ان لا يتجاوز المنزل الى الخارج. وبينما كان ذات يوم واقفاً على عتبة الباب رأى صياداً على الطريق مجهزاً بكامل عدّته. فسأله قائلاً:

— ايها السيد اسمح لي بكلمة اقولها لك ما الفائدة من كل هذه الادوات التي انت تستعملها؟

— ان الحصان الذي اركبه يخولني اجتياز المسافات البعيدة بدون تعب ولا مشقة. وهذا الطير الذي تراه على كتفي هو باز ربيته وعلمته صيد السمانات والحجلان وغيرها من الطيور وجمعها اليّ والكلاب السلوقية تشعر بالطرائد المنبعثة والقبض عليها

— كم يسوى الصيد الذي تصطاده في السنة كلها.

— اربعين او خمسين دوكات (عملة ذهب قيمة الواحد ١٢ او ١٣ فرنكا ضربت اول دوكات منها في البندقية (فينيسيا) من اعمال ايطاليا).

— وكم تتكلف من النفقات لهذه الادوات وحفظها الباز والحصان والكلاب؟

— زهاء ١٥ مرة علاوة.

— اذاً ارجوك ان تنصرف من هنا على جناح السرعة قبل ان يشعر الطبيب بوجودك فقد ادخلني في البركة الى الزنار من اجل اشياء لا طعم لها واخشى انه يدخلك فيها الى الذقن اذا اطلع على سوء استعمالك للثروة التي وهبها لك الله عزّ وجلّ.

في عالم الحكمة

النفس

الحكمة تقوم بمعرفة الله ومعرفة الانسان نفسه . فمعرفة الانسان نفسه هي بمنزلة مصعد يرتفع به الانسان الى معرفة الخالق عزّ وجلّ ولكي يعرف الانسان معرفة صحيحة وصالحة يقتضي ان يعلم انه مركب من نفس وجسد . فالنفس هي مبدأ للحياة ولكافة الاعمال البشرية وتطلق على ما يريد فيه ويعرف ويحس وعلى ما يحي الجسد والحركة .

ان جسد الانسان اجمل ما ابدع الله في عالم المادة ومع ذلك فهو الجزء الادنى من الهيكل البشري والنفس التي تتحد به اتحاداً جوهرياً في الحياة هي الجزء الاعلى والافضل منه خلقا وصورة وشرفا .

النفس لا يمكننا ان نراها لانها جوهر بسيط غير مركب وروحي خالد لكننا نشعر بوجودها . والاعتقاد بوجود النفس انما هو حقيقة شاملة جميع الامم ومطابقة للعقل . كل احد يمكنه ان يقول في نفسه انا اعلم اني افتكر . فجسدي الذي هو مادة لا يحسن الافتكار بذاته والحال فان في مبدأ متميز بجوهره عن جسدي هو النفس

فالجسد المركب من اعضاء يقوم بها هو مائل بطبعه الى الانحلال فقد جبل من التراب والى التراب يعود بعد الموت اما النفس فلا تنحل لانها بسيطة ولا تتعلق بالمادة لانها روحية ولا تصير الى الزوال لانها خالدة .

هذا وان النفس هي التي تمنح الجسد جماله الظاهر فيه وهذا ما نبصر عنه ذهب جماله وتحوّل الى هيئة شنيعة وكريهة فمن النفس يأخذ الجسد جماله الطبيعي وظرافة الجبين وجلاء العينين وجلال الوجه .

فضلاً عن ان النفس تتجلى فيها صورة الله ومثاله ومن هذا الوجه فيجب على الانسان ان يجزل العناية بها فيحفظها بالصلاح والكمال ويجلها ويعلي شأنها اكثر مما هو دونها من المخلوقات .

بليني يخلص امه

على عهد تيطس الذي تولى عرش الامبراطورية الرومانية من سنة ٧٩ الى ٨١ بعد الميلاد حدث في ايطاليا زلزال عظيم في اغسطس ٧٩ للميلاد والقوم محتشدون في ملهى المدينة الكبير يحتفلون بيوم زينة يغرقون في بحار من اللهو واللعب. حيث ثار بركان ويزوف العظيم فسعت منه سحابة سوداء من الرماد طبقت الافق وتساقطت على مدينة بمبي وهركولانيوم فطار الناس من الملهى سراعاً طالبين النجاة وبهم من الذعر (الخوف) ما يعجز القلم عن وصفه. ومن ساعدتهم المقادير نجوا قبل ان يغمرهم بروف رماده بالحمم والصخور الملتهبة ومن عثرت بهم جدودهم ادركتهم كرمه المشتعلة فصحوا في ديارهم جائعين وعلى الطرق مصرعين وكان بليني الروماني الكبير الطبيعي العظيم قد راد دنوه من البركان الذي ظل ذلك اليوم يمطر وابلاً من ناره اي مطراً شديداً ضخم القطرات وذلك للنظر الى المشهد ففقد الحياة وهو خال بليني الصغير الذي احب والدته حباً هذا حده فخلصها من تلك الداهية المدلهمة (السوداء) وفي تلك الساعة الرهيبة قالت له وهي مريضة ضعيفة القوى:

- اهرب يا ولدي العزيز

- لا استطيع ان اتركك وحدك يا أماه، هلمي لاحملك على ظهري وانجيك من الهلاك

- اني نقمة عليك يا ولدي فان همتي أخرت خطاك عن المسير بحيث لا تعود قادراً على النجاة. يحق ومن عليك ان تظفر بنفسك فلا اريد ان اكون سبباً لموتك.

- كلا ثم كلا يا أماه لا اهرب وادعك وحدك على هذه الحال فاما ان اخلصك او اموت معك.

واذ لم يكن بدٌّ من الاذعان الى الحاحه الشديدة القت بنفسها بين ذراعيه فحمل بليني الصغير امه المحبوبة بين اثقال تتطاير من حلق ويزوف العظيم طمرت مدينتي بمبي وهركولانيوم بطبقة من الرماد تعلو الارض باكثر من عشرين قدماً.

وحينئذ انحبت السماء بتلك المحبة البنوية فخصت لبلبني امه التي كان يحبها اكثر من حياة يستمده منها وبذلك استحق ان يكون محموداً من الله والناس وان يظل على طول الدهر مثالاً للابناء في محبة والديهم .

نادي ترّا سانطه

واعتراف حكومة فلسطين بتأسيسه

جاءنا من حضرة أمين السر لادارة نادي ترا سانطه الكتاب التالي :

حضرة المفضال صاحب مجلة الاخلاق المحترم

نرجو نشر صورة الكتاب الوارد على ادارة نادي ترا سانطه من جناب حاكم مقاطعة القدس خاصاً بتسجيل النادي المذكور وهذه صورة الكتاب وتقبلوا وثائق احترامي .

أمين السر

زكريا سابلا

دوائر حاكم القدس رقم ٣٦٣٩ — ٨١٥

القدس في ٢٦ حزيران سنة ١٩٣٢

سيدي

لي الشرف ان اعلمكم بوصول الاوراق المختصة بتأليف نادي ترا سانطه وذلك بموجب المادة السادسة من قانون الجمعيات العثماني

١ — اسم الجمعية : نادي ترا سانطه

٢ — عنوان الجمعية : كلية ترا سانطه القدس

٣ — رئاسة الجمعية : القدس

٤ — قصد الجمعية : المدرج في القانون الاساسي

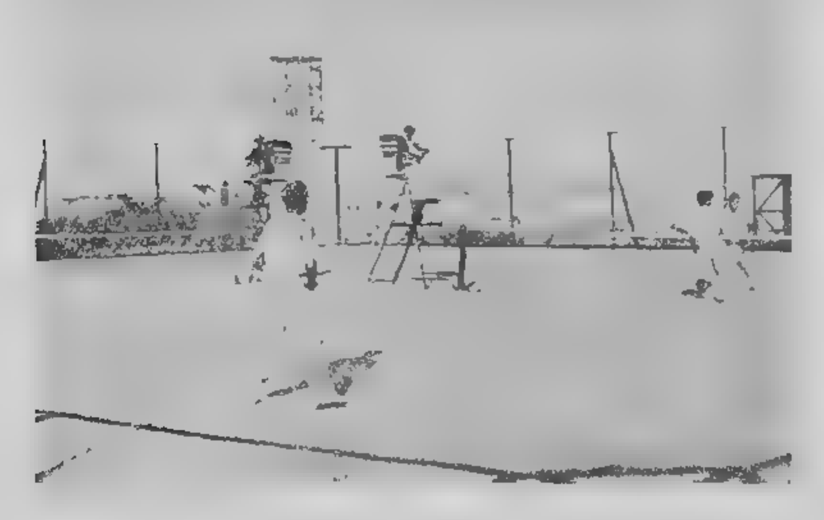
المديرون المسؤولون

الاسم	الوظيفة	العنوان
قدس الاب الدكتور يوجين هود	رئيساً	كلية ترا سانطه

السيد حنا بندك	نائب رئيس	السكرتارية بدوائر الحكومة
السيد زكريا سابلا	امين السر العام	دائرة الصحة قسم البلدية
السيد يوسف سعد	امين المال	البنك العثماني
الاستاذ انطون شكري لورنس	عضواً	
« جميل بطرس	»	
« جبرا انقر	»	
الدكتور حنا عطا الله	»	
السيد جميل البيدنا	»	
السيد حنا طرشا	»	

وبموجب المادة السادسة من قانون الجمعيات العثماني يطلب منكم ان تنشروا هذا الوصل في احدى الجرائد وتفضلوا بقبول فائق الاحترام

صوحي بيصون
عن حاكم مقاطعة القدس



(مأخوذة عن مجلة كلية ترا سانطه)

المباراة الاولى على ساحة «تفس» كلية ترا سانطه

ذكريات

ان الابنة الصغيرة تتوقع من امها عاطفة عطف وحنان. ومع ذلك فانها تحبها هكذا يجب ان تكون المحبة بسيطة صادرة عن جودة النفس وسلامة القلب خالية عن الغرض مجردة من الخبث والفساد.

الوداعة هي احسن خلة تكتسبها المرأة واجمل خلق تتحلى به.

اني اعتقد ان المحبة المتبادلة هي ضرورية في الزواج واري من الضرورة ايضاً ان تكون هذه المحبة مقرونة بالثقة والاحترام بين الرجل والمرأة وبذلك يتم هناء العائلة وسعادتها في الحياة.

قد يمكن ان تكون المرأة سعيدة خارجاً عن الزواج لكنها لا تكون امرأة كاملة الا اذا حققت الشريعة الطبيعية التي تقضي عليها ان تكون زوجة واماً. فالمرأة التي ليست بزوجة ولا ام هي على خطأ وضلال.

الماضي هو خيال غير محسوس. والحاضر بين ايدينا كالماء الجاري والمستقبل هو امر مرتاب به غير محقق. والحياة انما هي ذكرى وحلم من الاحلام.

ليس من شيء اصعب من الواجب في مجاراة المحبة وذلك في حين ان الواجب يجب له المقام الاول في سائر الاحوال.

ان الواسطة الاكثر استعمالاً للتنفس الجيد هي اغلاق الفم واستنشاق الهواء الطلق من الانف.

* يتولد الحب من اقل شيء ويتلاشى
* قد يكون خطاء الدقيقة مسبباً لحزن الحياة .
* كل الحيلة في اخفاء الحيلة .
* ليس استر لعيب الجهالة من اقرار صاحبها بها .
* الرجل الحزم يدس لكل حالة لبوسها كالذي يلبس اوفى كل انواع يكون فيه .
* هكذا المرأة اصل العناء وعلة الهناء فهي تارة داء واخرى دواء .
* لو كانت همة الانسان في عقله كهمته في جسمه كان اكبر من السن

فكاهات

سن الرشد

الابن اي متى يبلغ الرجل سن الرشد ؟
الأب بين العشرين والثلاثين .
الابن واي متى يفقده
الأب - عندما يتزوج.

الفقير والغني

الفقير — ا . حقيقة مؤلف وقد كتبت مرة رسالة اسمها «مائة طريقة لكسب المال»
الغني — ولماذا تتسول الآن اذن ؟
الفقير — هذه احدى المائة طريقة .

ملاحظة . — وقع خطء مطبعي في العدد الماضي وجه ٢٢١ سطر ٨ وهو ٢٥ — ٥٠ غراماً والصواب ٢٥ — ٥٠ سنتغراماً

رواية العدد

في جامعة هال

مدينة هال من اعمال سكسونيا التابعة لحكومة بروسيا تحت اشراف الجمهورية الالمانية . يستخرج بالقرب منها الملح وزيت البترول وبها مدرسة جامعة شهيرة كما ان في ليبسك اعظم مكاتب العالم وليبسك هي اكبر مدينة في سكسونيا ومركز عظيم للسكك الحديدية والطبع والنشر .

تخرج من جامعة هال طالب نجيب اسمه شل حائزاً شهادة الامتياز العليا في الدروس الاولية فاكسبته لقب بكلوريوس علوم . وقد طارت شهرته في البلاد وذاع صيته ونبوغه في العلم والادب حتى قررت وزارة المعارف العمومية تعيينه استاذاً في الجامعة المذكورة .

هل من لقب اكمل من لقب الاستاذ الذي يضم تحته كافة الالقاب الشريفة وهل من مهنة افضل من مهنته فمهنة الاستاذ هي مهنة المهن وصناعة الصنائع واسمه فارسي معرب يتحلى بمعنى شريف وحكمة بالغة . المعلم والمقرئ والمدير والعالم والمهذب ورب الصناعة والفن ومربي الروح ومرشدها في سبيل الحق والخير وصديق حميم للاحداث والشبان يثقف عقولهم ويقومها على مبادئ البر والصلاح ويعودهم العوائد الحسنة والاخلاق النبيلة . وهو الحكيم والفيلسوف واللاهوتي والمحامي والطبيب والفلكي والرياضي واللغوي والنحوي والبياني والشاعر والناثر والخطيب والمهندس الذي يكنز في صدره جواهر العلوم والاداب المكملة لشخصه الكريم .

قضى شل استاذ الجامعة الشهيرة مدة غير يسيرة يتخلق عليه خلق كثير غير ان الطمع قد اغواه فوسوس اليه ابو الكذب قبول الرشوة من الطلبة المتقدمين للامتحان وكان يسهل لهم نوال الشهادة لقاء مبلغ من المال متسامحاً في نجاحهم والرشوة رشاء (حبل) النجاح .

غير انه يوجد بين الطلبة فقراء لا تمكنهم الحال من دفع شيء علاوة وقد صرفوا كل ما يملكونه لايفاء المدرسة حقها من رسوم فماذا يصنع بهم الاستاذ وبأية معاملة يعاملهم بعد ان صبوا عرق الحياء في احتناء ثمر لامس من رياض العلم الغناء . لا شك بان الاستاذ المطبوع على الرقة واللطف ينشرح صدره انجح تلامذته في كل حال من الاحوال غير ان استاذ الجامعة كان بخلاف ذلك يؤخر من كان منهم فقيراً ويقدم من كان غنياً طمعاً برسم يتقاضاه على اعطاء الشهادة من غير ما شفقة ولا رحمة وبدون اكتراث باهلية الطالب وتقدمه

وبسبب ذلك كثر التشكي منه لوزارة المعارف العمومية فنظرت في تحقيق ما تجرأ عليه من مخالفة نظام التعليم وقانون المدرسة فكانت عاقبة امره وخيمة اوصلته الى حياة ذل وهوان حيث اضحى عبرة لمن اعتبر وتفكرة لمن تفكر

لا بدَّ من التصريح في هذه الرواية بان وزارة المعارف من اعظم فروضها المقدسة السهر بعين محدقة على المدارس المنتشرة في البلاد الموكول اليها امرها فهي مسؤولة عند الله والناس عن سوء سياسة رؤسائها وصحة ادارتها ومعلميها واهمالهم ما يتطلب منهم من الواجبات واخص ما يسأل عنه اصحاب السياسات والمؤسسات العلمية الفساد الذي يتفشى في المدرسة تحت مراقبتهم ومناظرتهم وذلك بسبب تساهلهم في خرق النظام وتغاضيهم عن تأديب تلامذتهم وتهذيبهم لغرض في النفس .

دخل نظارة المعارف شيخ مهيب جليل شابه المشيب يرتكز على عصاه وكانت رقة حاله تطبع على صلعته اللامعة سمة الحياء والخجل وعلى وجهه ملامح الكآبة فقابله الوزير بالطف ما كان من البشاشة والانس ثم اشار اليه بالجلوس فجلس وسأله عن حاجته فقال :

— ايها الوزير الكريم انني اتيتك لاعرض لك امراً خطيراً يزيد نفسي مرارة ويعجل لي لقاء المنون .

— ما هو امرك وما هي حاجتك ؟

— لا اتجرأ على عرض حاجتي قبل ان تؤكد لي انك تجيب سؤالي مترفقاً بشيخ

اخنى عليه الزمان وفدحت ظهره الفوادح وانا واثق كل الثقة بما لك من طول اليد والغيرة الشديدة على معاضدة ذوي البلاء والتعاسة .

— قل ايها الشيخ ما بدا لك وانا مستعد غاية الاستعداد لنصرتك وقضاء حاجتك .

— انني رجل فقير اتعيش مع عائلتي الصغيرة من كم افلحه بعرق جبيني ولي ولد وحيد ربيته بدموع عيني حتى كبر وترعرع وقد توسمت فيه النجابة والخير فادخلته الجامعة لعله يستفيد علماً و دباً فيكون في مستقبل الايام رجلاً صالحاً لنفسه ولذويه وللهيئة الاجتماعيـة والوطن وسنداً استنـد اليه في شيخوختي وعضداً لامه العجوز المسكينة وما زلت انفق عليه مما اوفره من غلة الكرم وتربية بعض اغنام استعين بها على الحياة . وقد عسرت يدي في هذه الايام العصيبة فاصبحت لا الوي على شيء . غير ان ولدي لم يبدُ منه في مدة دراسته ادنى تاخر في الدروس وكان كل سنة يرسل اليَّ خلاصة تقدمه ونجاحه وهذه هي السنة الاخيرة التي يتمكن بها من نوال شهادة تؤهله لبلوغ مستقبل باهر وحياة سعيدة .

والان فقد انفذ ليَ رسالة القتني في حيرة عظيمة زادتني الماً فوق لم وعلة فوق علة .

— وماذا يقول في رسالته ؟

— يقول ان الاستاذ شل قد فرض عليه مبلغاً من المال ليمكنه من النجاح في الامتحان الاخير ونول الشهادة . ويذكر لي ان كل اتعابه ذهبت دراج الرياح من هذا القبيل .

— ارني الرسالة

قدم الشيخ الرسالة للوزير والعبرات تتساقط من عينيه والزفرات تتصاعد من اعماق فؤاده فقرأها ممعن النظر في تحقيق كلام الشيخ حيث قال له : كن مطمئناً مرتاح البال وسافرغ كنانة جهدي في مساعدتك وانجاح وحيدك العزيز وعندئذ طار الشيخ سروراً وانتعاشاً لبلوغ المنى فقام وقبل الارض بين يدي ذلك الشهم الكريم مثنياً على لطفه ورقة فؤاده ثم استأذن منه للانصراف وذهب من عنده حامداً شاكراً .

بعد انصراف الشيخ دعا وزير المعارف كاتبه وسأله عما يرى في مسألة الاستاذ شل

وفي كثرة التشكيات الواردة الى النظارة من سوء تصرفه مع تلاميذ الجامعة وتظلمه حقوقهم بجساسة هذا حدّها . وكان الكاتب يجيب عن السؤال بصدق وصراحة معلناً بقوله ان استاذاً ظالماً ومنافقاً نظير شل خير له ان يعلق في عنقه رحى الحمار ويزج في عمق البحر حالة كونه حجر عثرة وصخرة شك للاساتذة والطلبة بل انما هو حمل ثقل على المعارف والمعاهد العلمية وشر جسيم للعائلة والانسانية والوطن .

وبعد هذا قال الوزير : لا بدّ لي من معاقبة هذا الاستاذ اللئيم وانا بذاتي اجرّب خبث نيته ونفاقه بحيلة ابتدعها والحيلة ابلغ من الوسيلة فاسمع ايها الكاتب الامين ما اقول : ان الاستاذ لا يعرفني ولا اظن انني قابلته مرة واحدة ولذلك فقد عزمت على ان اتزيا بزي سيد غريب واجعل خادمي بمنزلة ابن ي وطالب في احدى المدارس المجاورة ثم اقصد الاستاذ في مكتبه وارجاه ان يتسامح معه في الامتحان لقاء مبلغ اعده به وانت تعلم ان خادمي جاهل وغبي لا يعرف ان يدخل ولا ان يخرج في شيء من العلوم فاقنع الاستاذ بان يسأله في الجغرافية والتاريخ والهندسة والحساب اسئلة سهلة اختارها له وعليك ان تلقن الخادم الاجوبة عنها بكل حكمة وفطانة حتى اذا اكتشفت حقيقة الامر وفق المطلوب اوقعته شرك لا يكون له منه فلت ولا مناص وآخذته بذنبه حاتماً عليه ان يعزل من وظيفته وينفى من البلاد . فقل للخادم ان يعد لي لوازم السفر واحفظ السرّ واحذر من ان يعلم به احد وكن منتظراً اشارتي لتعمل بها تماماً للنجاح . فبادر الكاتب الى تنفيذ ما امر به وفي الحال سافر الوزير متنكراً بزي سيد غريب وما لبث ان بلغ دار الاستاذ فطلب مواجهته و ذ رای يثل ان القادم اليه مولى عظيم وغني من الاغنياء المشهورين تلقاه بالانس والترحب وبعد ان تعارفا امره بالجلوس فجلس ثم بادهه بالكلام فقال :

— لي الشرف بزيارتك ايها السيد هل من غرض اساعدك على نواله وحاجة اخدمك بها .

— جئتك لغرض خصوصي وحاجة مهمة وقد ساقتني الى محلك العامر شهرتك الطائرة وسمعتك الذائعة في البلاد

— اهلاً وسهلاً ومرحباً بك فها انا بكليتي تحت امرك واشارتك السامية لعلك تتلطف في ابداء ما تامر به وتريده .

— بلغني عن حلمك وتساهلك مع الطلبــة في كثير من المواد المفروضة عليهم لتقديم الامتحان الاخير ونوال الشهادة العليا فدهشت لهذا الرفق الظاهر منك واثنيت جزيلاً لرقة عواطفك بهذا الخصوص

— ان ما اصنعه هو بعض ما تتطلبه مهنة استاذ كبير نظيري فشكراً لك ايها المولى الكريم

— ولان فان لي ولداً طالب علم وضعته منــذ سنوات في احدى المدارس الابتدائية وفي آخر هذه السنة يلتزم بتقديم لامتحان لنوال شهادته الاولية وبما اني لا اثق كثيراً بنجاحه لما اعهده من الشدة والصرامة التي يستعملها الاساتذة في الامتحان فاخشى عليه الرسوب ولذلك ارغب اليك ان تمتحنه انت بنفسك حتى اذا مهدت له سبيل الفلاح فانا اكافئك على معروفك بلغ كبير من المال وارجوك عدم المؤاخذة وغض النظر عن جسارتي هذه .

رنّ صوت الدرهم في اذن الاستاذ فتهلل فؤاده فرحاً وابتهج ثم قال :

— لا يخالجنك ادنى ريب ايها السيد في انني استخدم كل المساهلة والرفق مع ولدك العزيز فارسله اليّ هذه الساعة لامتحنه تنفيذاً لامرك المطاع .

— لكن ارجوك يا حضرة الاستاذ ان تقرأ عليَّ الاسئلة التي تريد ان تمتحنه بها

قرأ عليه الاسئلة وكانت سهلة جداً فحفظها في قلبه ثم قام السيد فودع الاستاذ شاكراً وخرج مستبشراً ببلوغ الارب . ظل الاستاذ على جمر الانتظار واعداً نفسه بثروة طائلة وبعد ساعة من الزمان حضر لديه خادم الوزير بهيئة طالب علم فاستقبله بعجيب الارتياح وشرع يسأله الاسئلة التي اعدها لامتحانه وهو يجيب عنها بجهل وغباوة وكان الوزير العاقل على الباب يسمع ما دار بينهم من الاسئلة والاجوبة فتحقق حينئذ بديهة الامر الذي اوقعه في الحيرة مدة طويلة وعند انتهاء الامتحان دخل على الاستاذ طالباً منه نتيجة العمل فسأله قائلاً :

— كيف رايت ولدي فعسى ان يكون قد اعجبك حسن استعداده وذكاء عقله •

— بلا شك وانني تسامحت للغاية في متحانه اكراماً لخاطرك العزيز عندي

— وهل هذه هي معاملتك مع سائر الطلبة على السواء

— كيف لا والواجب يمنعني من تمييز احدهم عن الاخر •

— ولكن ابن وحيد بين هؤلاء غير نجيب ومجتهد وهو فقير الحال لا يتمكن من دفع شيء لك فهل تعامله مثلما تعامل اولاد الاغنيا ولو كان على غير استعداد لنول الشهادة

هذا الامر يتعلق بي وحدي فمن تكون انت حتى تتدخل : لا يعنيك

— انا هو وزير المعارف العمومية ، قد وقعت في الشرك ايها اللئيم • انت الذي يتطلب رشوة من ذلك الطالب النجيب الذي صرف عليه ابوه الشيخ دم حياته ليكون مساعده ولامه المسكينة في عجزهما وشيخوختهما فانا نعم عليه : يلزمه لنول شهادته الاخيرة • ها ان جدرت خدمعة تلك تشكياً من ظلمك واستبدادك • فقد اكتشفت انا بنفسي سوء نيتك وعدم استقامتك في مهنة شريفة جداً المقدار ولذلك فني عقاباً لك اعزلك من وظيفتك عزلاً شرعياً قانونياً و حكم عليك بالخروج من بلاد افسدت تربيتها بقبيح تصرفك

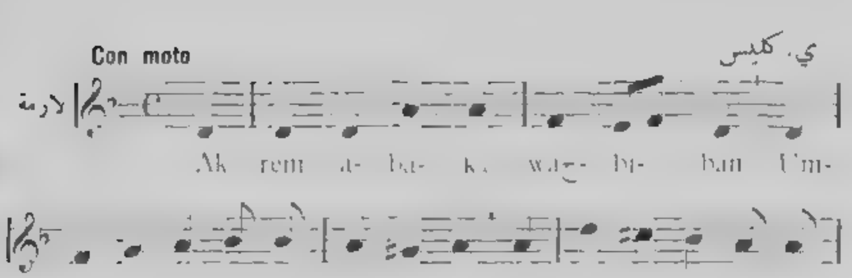
• •

مجالسه اهل العلم

روى ابو علي القالي في اماليه من كلام العرب ووصاياهم وهو اللغوي الاديب الراوية رحل من المشرق الى الاندلس وحظي عند ملوك بني اميّة وله كتب جليلة منها اماليه . توفي سنة ٣٥٦ هجرية الموافقة ٩٦٧ ميلادية .

" جالس اهل العلم فان جهلت علموك ، وان زللت قوّموك ، وان أخطأت لم يفندوك (يكذبوك) ، وان صحبت زانوك ، وان غبت تفقدوك (بحثوا عنك) . ولا تجالس اهل الجهل فانك ان جهلت عنفوك ، وان زللت لم يقوموك ، وان أخطأت لم يثبتوك .

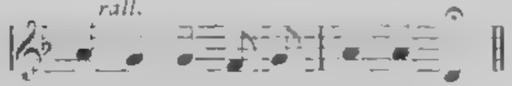
حب الوالدين



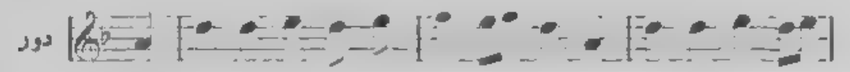
man yu- ḍaw-wi-bu- ha wa- lák, ḍa 'am-ru rab- bi- ka



faع-ma- lan bi- ri- ḍá- hu tan- ju mi- nal- ha- lák, bi- ri-



[illegible] nal- ha- lák



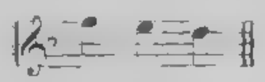
[illegible]



[illegible] ṭiع-hu-ma mus- tas- li- ma li- ya-



ṭú- la عum-ru-ka fil- حa- yáh, li- ya- ṭú- la عum-ru- ka



fil- حa- yáh.

لازمة

أكرم اباك واحببن امأ يـذوبها ولاكْ
ذا امرُ ربك فاعملن برضاه تنجُ من الهلاكْ

دور

ارفع يـديك الى السما واذكرهما وقت الصلاةْ
واطعهما متسلما ليطول عمرك في الحياةْ

دور

في مكتب الحرب الكبير هنري غدا ابهى مثالْ
قد هام وهو فتى صغيرْ بهوى العفاف والاعتدالْ

دور

يعتفُ انفه الغذاء عمأ به الشره الكثيرْ
ويقيت جسمه بالحساء والماء والخبز اليسيرْ

دور

قالَ المديرُ له لما تهوى القليل من الطعامْ
اتروم عيشاً انعما من عيشة في ذا المقامْ

دور

فأجاب عفواً سيدي فالعفو من شيم الكرامْ
لا ابتغي من مقصدي الاّ رضاك على الدوامْ

دور

اني اذوب توجدا من ذا الترفه والدلالْ
وابي المكرم قد غدا يشكو المنا في سوء حالْ

دور

امي الحنون واخوتي يشقيهم ضيقٌ شديدْ
ولقد غدا في مهجتي من ذكرهم وجدي يزيدْ

دور

رقّ المديرُ وقال يا هنري طبت بذا الصنيعْ
فابوك كان موفياً حق الامانة المجميعْ

دور

فالملك قدّر فعله في الحرب والنفع الشديدْ
فاشار بالنعمى له لِظلّ في عيش رغيدْ

دور

قد كان خيرَ مجاهدٍ في خدمة الوطن الثمينْ
فله معاش تقاعدٍ يعطى على طول السنينْ

دور

فتقبلن حسنَ الثناء مني ومن ملكي العظيمْ
جازاك ربك ذو السخاء خيراً على الحب الحميمْ

كلمة شكر

اهدانا الشاب الاديب السيد قسطندي تيودري كتيباً وضعه باللغة الانكليزية وسماه « فلسطين » فنشكر هديته ونتمنى لكتابه الرواج .


اطبعوا مطبوعاتكم
جلدوا كتبكم
جهزوا اختامكم
الكاوتشوك
في
المطبعة التجارية
لصاحبها : توفيق حبش
باب الجديد — القدس — تلفون ٦٢٥
اتقان * سرعة * معاملة حسنة * اسعار متهاودة